

UENOHARA

広報うえのはら

～頑張るあなたを応援する情報誌～

Public
Relations

7

2025 年
No.245

【表紙】桂川河川敷の並木道を元気に走り回る子どもと、それを優しく見守るお母さん

はーはーはー
かーかーかー

CLOSE - UP NEWS

後期高齢者医療制度について

資格確認書などの更新について

国民年金保険料の免除・猶予制度

第 27 回参議院議員通常選挙

料理ビュッフェ婚活参加者募集

令和 6 年度下半期上野原市財政公表

ペットボトルのリサイクルにご協力ください

上野原市音声サービス「なびと〜く！」が始まります

上野原で子育てするなら「マイコミュ」アプリ

特集

上野原市の 子育て支援事業を 紹介します (Part1)

P16 お知らせチェックリスト

P27 広報うえのはらおトククーポン

P30 上野原フォトレコード

ファミサポ利用者インタビュー

■ ファミサポ会員になったきっかけは？

育児をしている中で、誰かに助けてもらいたいと思うことがあり、ベビーシッターを含め、いろいろと調べたのですが、市内には預けるところが見つかりませんでした。その後、市役所を通じてファミサポがあることを知り、登録しました。

■ どんなときに利用していますか？

夫が出張で家にいないことが多いので、私も仕事で疲れてしまっているときは、家事がたまったり、部屋がぐちゃぐちゃになったりしますが、子どもと一緒にいるとなかなか片付けることができなかったり、ゆっくりご飯が作れなかったりします。そんな時に、自分の精神状態と相談して依頼させてもらっています。また、仕事が休めなくなってしまったときに援助会員さんが「大丈夫ですよ、預かりますよ」と言ってくださるので、安心感があります。そのため、仕事で勉強会などがあったときにも依頼させてもらっています。

■ 利用して良かったことは？

自分の子育てを助けてくれる人がこの街にいてくれて、子どもの成長と一緒に感じてもらうことができ、優しく見守ってくれていることに感謝しています。

■ これからファミサポを始める人に一言

お時間があるようであれば、1時間でも助かるお母さんは沢山いると思うので、良かったら一緒に上野原市の子育てを応援してください。



依頼会員 Y さん (令和 3 年会員登録)

■ ファミサポ会員になったきっかけは？

まず大前提として子どもが好きで、それに加えて自分の子育てが一段落し、少し時間にゆとりができたため、一生懸命子育てしている親御さんたちのお手伝いができればと思い、会員になりました。

■ どんなときにやりがいを感じますか？

地域の子育て支援に参加できていると感じられて、とてもやりがいを感じます。また、子どもと直接ふれあうことで、私自身が癒やされ、満たされます。さらに、子育ての援助を通して、子どもの成長ぶりを感じることができ、それを親御さんと共有できるのも嬉しいです。

■ 預かるときにどのように過ごしていますか？

おうちから好きなおもちゃや絵本を持ってきてくれるので、それで遊んだり、子どもがやりたい遊びを中心に楽しんでいます。家にあるもので工作やかくれんぼをしたり、お店屋さんごっこをしたり、子どもが「あれをしたい」「これをしたい」と言うので、それに合わせて一緒に工夫しながら遊んでいます。

■ これからファミサポを始める人に一言

始めるのにハードルが高いと感じるかもしれませんが、もっと楽な気持ちで申し込んでみてください。子育てにおいて「もっと自分が頑張らなくちゃ」「自分でやらなきゃ」と思わず、ファミサポを活用して地域みんなで子育てをしていければいいかなと思います。笑顔の輪を広げ、みんなでハッピーに過ごしていきましょう。



援助会員 W さん (平成 30 年会員登録)

特集

上野原市の子育て支援事業を紹介 します Part1



市では、子育て世代が安心して出産・子育てができるよう、そして未来を担う子どもたちが笑顔で健やかに成長できるよう、さまざまな取り組みを行っています。

今回の特集では、2 か月にわたり、7 月号で「上野原市ファミリー・サポート・センターほか子育て支援事業」について、8 月号で「教育・保育施設」について紹介します。

問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)

上野原市ファミリー・サポート・センター (ファミサポ)

ファミリー・サポート・センター (ファミサポ) とは、子育てを助けてほしい保護者 (依頼会員) と子育てを手助けしたい人 (援助会員) が会員となり、地域の子育てを支え合う制度です。

どんなときに利用できるの？

「急な仕事で一時的に子どもを預かってほしい」、「習い事への子どもの送迎を頼みたい」など、誰かに子育てを手助けしてほしいときにファミサポを利用することができます。

会員になればすぐに利用できるの？

ファミサポの会員間で援助を行う際には、事前に事務局と打ち合わせをして会員同士のマッチングをするなど、準備に時間がかかります。利用を希望する場合は、事前に子育て保健課子育て支援担当まで会員登録の申し込みをしてください。ファミサポを利用する 1 か月前までに申し込んでいただくと、準備がスムーズに行えます。



誰でも援助会員になれるの？

上野原市または隣接する市町村にお住まいの人で、20 歳以上の方が対象です。また、年に 1 回市が実施する援助会員講習会を受講する必要があります (保育士・看護師・学校の教員などの人は受講不要)。

上野原市こども家庭センター

保健師や社会福祉士、児童家庭相談員が妊産婦・子育て中の保護者・子どもの相談や困り事に対応します。相談内容に応じて、次の各種専門相談や諸手続のご案内などを行います。

【各種専門相談（例）】

- ☐ 妊婦相談（母子手帳交付）
- ☐ 産前産後のホッとスペースここあ（助産師）
- ☐ 育児相談（保健師）
- ☐ すこやか発達相談（心理士）
- ☐ 児童家庭相談（児童家庭相談員）
- ☐ 子どもと親の心配ごと相談（精神科医）

各種相談は事前予約制です。
すこやか発達相談については、
市公式 LINE（下の QR コード）
から電子予約も可能です。



子育てに関する相談・教室予約
（上野原市公式 LINE メニュー）



※上野原市こども家庭センターでは、乳幼児健診などの母子保健事業を実施しており、今年度からは、新規事業としてペアレントトレーニングも開催しています。ペアレントトレーニングの詳細は、15 ページ『うえのはら健康家族』でも紹介しています。

ホッとスペース こ・こ・あの集い

親子が楽しく笑顔で育児ができるよう、ベビーマッサージ、音楽ムーブメント、離乳食教室など、さまざまな内容で開催しています。身長、体重も測れます。

■対象 生後 1 歳未満の乳児とその保護者

■日程 毎週火曜日

■時間 午前 10 時～正午

■場所 総合福祉センターふじみ

※毎回の開催日前に母子手帳アプリ
「母子モ」でお知らせしています。



「母子モ」

子育て支援センター土曜日開所

上野原子育て支援センターでは、昨年度に引き続き、今年度も月 1 回土曜日に開所しています。

■時間 午前 9 時～正午／午後
1 時 30 分～3 時 30 分

■日程 7 月 12 日、8 月 23 日、
9 月 20 日、10 月 18 日、11
月 15 日、12 月 20 日、1 月
24 日、2 月 21 日、3 月 28 日

出産する際の交通費・宿泊費の一部を助成しています！

市外の分娩取扱施設などで出産する妊婦に対し、当該施設までの交通費および宿泊する場合は宿泊施設までの交通費・宿泊費を助成します。対象経費の詳細は次のとおりです。

【分娩取扱施設までの交通費】

出産する際の住所地（里帰りしている場合は里帰り先）から分娩取扱施設などまでの交通費（往復 1 回分）。健診のための交通費は対象外。

【宿泊施設までの交通費および宿泊費】

出産に備え、分娩取扱施設近くの宿泊施設で宿泊した場合における住所地から宿泊施設までの交通費・宿泊費（最大 14 泊）

※いずれも、令和 7 年 4 月 1 日以降に出産した人で、出産時および申請時に市内に住所を有する人が対象です。申請については、母子手帳の交付時や妊婦訪問の際にご案内します。

■ ファミサポ会員になったきっかけは？

上の子の小学校の行事のときに、やっぱりその子を中心に見たいのですが、下の子を連れて行くとなかなかそれができず、その時間だけでも下の子を預かってもらえると聞いて、ファミサポに登録しました。

■ どんなときに利用していますか？

上の子の学校行事のときに下の子を預かってもらっています。そうすれば上の子の写真を撮るのに専念できたり、ちょっとコミュニケーションをとったりして、親がちゃんと見てるよっていうのを、上の子にもわかってもらえていると思います。

■ 利用して良かったことは？

顔を知っているからこそ、本当に安心して預けられるっていうのが一番です。下の子が帰ってきて、「楽しかったよ」、「こんなことをしたよ」って聞くと、やっぱり預かってもらって良かったなってとても思います。

■ これからファミサポを始める人に一言

やっぱり大事な子どもなので、安心して預けられるなと思ったら、ぜひお預かりしてもらってほしいと思っています。私は実家が遠いので、皆さんも本当のお母さんのように安心して預けられる人と巡りあってほしいなと思います。



依頼会員 **H さん**（平成 23 年会員登録）

■ ファミサポ会員になったきっかけは？

「島田子育て&地域カフェ」で市役所の職員から話を聞いたのが最初です。「島田子育て&地域カフェ」をやっている時間帯だけでも子どもを預かることができるということで登録しました。

■ どんなときにやりがいを感じますか？

子どもがとにかくかわいくて。赤ちゃんなんてもう 100%かわいいじゃないですか。お母さんもかわいいんですよ。遠慮せずに預けてくれてとてもやりやすいし、お母さんがかわいいから子どもを見てあげたいという気持ちの方が大きいかもしれないです。

■ 預かるときにどのように過ごしていますか？

私の家やコミュニティーセンターには、おもちゃとか遊具がいろいろあるので、それを使って遊んでくれますね。あとは、お絵かきや散歩をして過ごしています。

■ これからファミサポを始める人に一言

私は、お母さんたちが小さい子を抱きながら学校行事に参加している大変そうな姿を見て、私が預かってあげたいという気持ちになりました。そういう気持ちがあればぜひやってほしいです。大切なお子さんをお預かりするのは、責任重大に感じますが、顔合わせやお話を重ねることで安心して援助活動ができます。



援助会員 **S さん**（令和 5 年会員登録）

上野原市ファミリー・サポート・センター料金表

利用料		月～金曜日 （祝日および特定日を除く）		土日・祝日 および特定日
		午前 7 時～午後 7 時	その他の時間	全日
	最初の 1 時間	700 円	800 円	800 円
	1 時間を超えた 30 分あたり	350 円	400 円	400 円

【里親養育&ファミサポ合同説明会を開催します】

里親養育やファミサポについて知りたい・利用したい人は、ご参加ください！

■日時 8 月 17 日（日） 午前 11 時～午後 3 時

■場所 市立図書館 会議室

後期高齢者医療制度について

新しい資格確認書や保険料などをお知らせします

●問い合わせ 市民課国保年金担当（☎ 62-3112）

基準収入額適用による負担割合の変更について

住民税課税所得金額が145万円以上の被保険者がいる世帯は、一部負担金（診療などにおける被保険者の窓口負担）の負担割合が3割となります。ただし、収入金額が一定基準額以下で、基準収入額適用の要件に該当する場合、負担割合が2割または1割となります。要件に該当する場合は、収入状況などを確認の上、適用後の負担割合の資格確認書を送付します。申請は不要です。

令和7年度の保険料

後期高齢者医療制度では、保険料率を2年ごとに見直すこととなっており、市では令和6年度に令和6・7年度分の保険料率を次のとおり定めています（山梨県内は統一の保険料）。

令和6・7年度		
保険料率	均等割額（※1）	50,770 円
	所得割率	11.11%
保険料の賦課限度額（上限額）		800,000 円

※ 均等割額は世帯の所得水準にあわせて軽減されます。

保険料の納付方法

保険料の納付方法には、特別徴収（年金から天引き）と普通徴収（納付書または口座振替）の2つがあります（口座振替は、通知書記載の指定口座から引き落とされます）。

●マイナ保険証への移行をお願いします！

マイナ保険証の利用には、手続きなしで高額医療の限度額を超える支払をその場で免除されるなど、さまざまなメリットがあります。ぜひ移行をご検討ください。

後期高齢者医療資格確認書

後期高齢者医療資格者すべてに資格確認書が交付されます。令和7年度の資格確認書は薄紫色で、7月中旬～下旬に特定記録郵便で郵送します。お手元に届いた日から使用できます。

現在の被保険者証（桜色）または資格確認書（薄緑色）は、有効期限を過ぎると使用できません。有効期限を過ぎたものは、個人情報に記載されているので、裁断するなどして廃棄してください。

資格確認書への限度額区分の任意記載事項の併記について

資格確認書への限度額区分の記載を新規で希望する人は申請が必要です。前年度に交付を受けている人、またはすでに併記申請を行った人には、引き続き任意記載事項（限度額区分）が記載された資格確認書を交付しますので申請は不要です。

※マイナ保険証をお持ちの人は、医療機関の窓口でマイナ保険証を提示し、「限度額情報の表示」に同意することで適用されます。申請は不要です。

長期入院日数届出書について

所得区分が「低所得者Ⅱ」に該当する期間中に、90日を超える入院をしている被保険者は、長期入院該当の限度額適用・標準負担額減額認定証の交付申請をすることができます。ただし、申請書を提出する月以前の12か月以内に90日を超えた入院日数のわかる領収書もしくは入院証明書などの添付書類が必要です。

申請後は、入院時の食事代が減額されます。ただし、申請日から申請月末日までの食事代については療養費（食事療養費差額）の申請が必要です。※マイナ保険証の保有の有無にかかわらず、長期入院に該当する場合は申請が必要です。

上野原市国民健康保険加入者へのお知らせ

資格確認書などの更新について

●問い合わせ
市民課国保年金担当（☎ 62-3112）

現在の国民健康保険資格確認書などの有効期限は7月31日です。新しい資格確認書などは、7月中旬から世帯主あてに郵送します。8月1日以降は、新しいものをご利用ください。

●ジェネリック医薬品の使用をお願いします

ジェネリック医薬品は後発医薬品と呼ばれ、先発医薬品の特許などの期間満了後に販売されます。有効成分は変わらず、医療費を安く抑えることができます。医療費削減のためにも、ジェネリック医薬品の使用をお願いします。

●マイナ保険証を基本とした

仕組みがすでに始まっています

令和6年12月2日以降、新たに保険証は発行されず、マイナ保険証を基本とした仕組みに移行しています。医療機関や薬局の受付で、マイナ保険証を顔認証付きカードリーダーに置くと受付が始まり、健康保険資格の確認ができます。

利用には、初回に登録が必要です。詳しくはQRコードからホームページをご確認いただくか、市民課国保年金担当までお問い合わせください。

※マイナ保険証をお持ちでない人には「資格確認書」が交付され、引き続き、医療を受けることができます。

※マイナ保険証をご利用の人には「資格情報のお知らせ」が交付されます。マイナ保険証が利用できない医療機関などを受診する際は、マイナ保険証とあわせて「資格情報のお知らせ」を提示することで、医療を受けることができます。

●限度額適用認定証について

限度額適用認定証を医療機関に提示すると、窓口での自己負担が限度額までとなります。交付をご希望の場合は、市民課、秋山支所・各出張所の窓口にて7月25日（金）から申請を受け付けます（認定証の「勧奨通知」は今回から送付しません）。※マイナ保険証を利用すれば、限度額適用認定証を提示しなくても、限度額を超える支払いが免除され、認定証の事前申請は不要となります。

▶市ホームページ



▶マイナポータル



国民年金保険料の免除・猶予制度

●問い合わせ
市民課国保年金担当（☎ 62-3112）
日本年金機構大月年金事務所（☎ 22-3811）

7月1日から申請を受け付けます

令和7年度の国民年金保険料免除などの申請受付を、7月1日から開始します。

年金保険料が未納のままだと、将来年金を受け取る資格を失うだけでなく、障害年金や遺族年金の制度が受けられなくなる場合があります。納付が困難な場合は、免除の手続きをお願いします。申請は原則として毎年度必要です。

詳細は、お問い合わせください。

●申請先 市民課国保年金担当、秋山支所、各出張所または大月年金事務所

●持ち物 年金手帳または個人番号のわかる書類、本人確認用書類

※本人確認用書類は、運転免許証など公的機関が発行した写真付き証明書の場合は1種類、保険証や預貯金通帳など写真付きでないもの場合は2種類必要です。

※詳しい情報は、下のQRコードから日本年金機構ホームページでご覧ください。

▶日本年金機構ホームページ
「国民年金保険料の免除制度・納付猶予制度」



一般会計の歳入・歳出（単位：千円・％）				
歳入			歳出	
科目	予算額 収入済額	収入率	科目	予算額 支出済額
市税	3,035,238	92.3	議会費	197,783
	2,800,718			191,919
地方譲与税・ 各種交付金	1,094,115	100.0	総務費	2,212,036
	1,094,114			1,569,217
地方交付税	3,921,142	100.0	民生費	3,260,623
	3,921,142			2,161,274
分担金・負担金 使用料・手数料	241,729	90.6	衛生費	1,686,137
	218,894			1,377,984
国・県支出金	2,110,804	65.7	土木費	1,342,460
	1,385,805			986,978
繰入金	583,793	9.8	消防費	734,144
	57,375			665,758
繰越金	575,065	100.0	教育費	1,094,570
	575,065			944,265
市債	1,041,500	27.0	公債費	1,497,950
	281,500			1,495,049
その他	348,767	89.0	その他	926,450
	310,353			401,238
合 計	12,952,153	82.2	合 計	12,952,153
	10,644,966			9,793,682

令和6年度下半期
上野原市財政公表

「財政公表」は、市民のみなさんに市の予算執行状況をお知らせするため、年に2回実施しています。

※今回の財政公表は、令和6年度出納整理期間（令和7年4月1日～令和7年5月31日）が含まれていないため、実際の決算より低い数値となっています（公営企業会計を除く）。

※予算額および収入・支出済額は令和5年度からの繰越額を含む。

▼問い合わせ 財政経営課財政担当（☎62-3118）

市債の状況（目的別現在高）（令和7年3月31日現在 単位：千円）

市債は、公共施設の整備などのために金融機関や国などから借入れる、いわゆる『市の借金』です。

区分	現在高	区分	現在高
1 普通債	3,850,360	3 その他	6,136,567
（1）総務債	1,491,614	（1）減税補てん債	6,818
（2）民生債	6,914	（2）臨時財政対策債	4,337,583
（3）衛生債	133,899	（3）合併特例事業債	721,100
（4）農林債	223,452	（4）緊急防災・減災事業債	525,537
（5）商工債	113,400	（5）減収補填債	42,629
（6）土木債	1,566,689	（6）緊急自然災害防止対策事業債	385,400
（7）消防債	69,626	（7）防災・減災・国土強靱化事業債	117,5000
（8）教育債	244,766	計（1+2+3＝一般会計分）	10,164,488
2 災害復旧債	177,561	①簡易水道事業債	121,416
（1）災害復旧債	177,561	②下水道事業債	2,692,785
		③病院事業債	969,778
		計（①+②+③＝公営企業会計分）	3,783,979

特別会計（令和7年3月31日現在 単位：千円・％）

会計	予算額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険	2,790,652	2,673,278	95.8	2,730,583	97.8
後期高齢者医療	788,323	490,318	62.2	746,099	94.6
介護保険	2,810,205	2,115,141	75.3	2,179,888	77.6
介護サービス	14,048	13,306	94.7	3,157	22.5
教育奨励資金	5,179	676	13.1	216	4.2
財産区	273,808	273,685	100.0	15,485	5.7
保護財産組合	2,707	2,707	100.0	10	0.4
合 計	6,684,922	5,569,110	83.3	5,675,438	84.9

公営企業会計（令和7年3月31日現在 単位：千円）

会計	区分	収入	支出	収支
下水道	収益的収支	654,561	646,851	7,710
	資本的収支	359,566	409,760	△ 50,194
簡易水道	収益的収支	188,449	180,538	7,911
	資本的収支	11,809	14,980	△ 3,171
病院	収益的収支	252,445	379,117	△ 126,672
	資本的収支	86,807	123,531	△ 36,724

※資本的収入額が資本的支出額に不足する額は、消費税および地方消費税資本的収支調整額ならびに過年度分損益勘定留保資金などで補てんしています。

市有財産の状況（単位：㎡）

区分	土地	建物
行政財産	591,568	104,875
普通財産	267,985	14,068
土地開発基金	207,018	0
合 計	1,066,571	118,943

※行政財産とは、普通地方公共団体において公用または公共用に使われる財産です。普通財産とは、行政財産と土地開発基金以外の公有財産です。土地開発基金とは、公用または公共用に使うのに必要な土地を購入するための基金です。

住民負担の状況（令和7年3月31日現在）

科目	収入済額 （千円）	1世帯 あたり（円）	1人 あたり（円）
市民税	1,079,598	107,680	51,380
固定資産税	1,485,633	148,178	70,704
軽自動車税	85,766	8,554	4,082
市たばこ税	142,027	14,166	6,759
合 計	2,793,024	278,578	132,925

※1世帯・1人あたりの負担は、令和7年4月1日現在の世帯数と住民基本台帳搭載人口を基に算出しています。
※入湯税は除く

上野原市選挙管理委員会からのお知らせ

第27回参議院議員通常選挙

任期満了にともなう、第27回参議院議員通常選挙を、次のとおり実施します。

今回の選挙は、参議院山梨県選出議員選挙と、参議院比例代表選出議員選挙の2つの選挙です。

《投（開）票日》

令和7年7月20日（日）

《投票時間》

午前7時～午後8時

午後6時までの投票所もあります。投票時間は、お送りした投票所入場券によりご確認ください。

《期日前投票》

上野原期日前投票所 ▶ 7月4日（金）～19日（土）
（上野原市役所1階展示室） 午前8時30分～午後8時

秋山期日前投票所 ▶ 7月12日（土）～14日（月）
（上野原市役所秋山支所） 午前8時30分～午後8時



●問い合わせ 市選挙管理委員会事務局（総務課内）（☎ 62-3117）

■選挙人名簿の登録資格者（投票できる人）

- ①投票日において満18歳以上の日本国民で、欠格事項に該当しない人（平成19年7月21日以前に生まれた人）
- ②令和7年4月2日以前（転入した人は届出日）から引き続き3か月以上上野原市の住民基本台帳に登録されている人

■投票所入場券

投票所入場券は、公示日（令和7年7月3日）以降、はがきで個人あてに郵送します。

※期日前投票は、投票所の指定がないため、市役所または秋山支所のどちらでも投票できます。

※その他詳しい情報は、市ホームページをご確認ください。

暑い夏に美味しい料理と素敵な出会いを
料理ビュッフェ婚活参加者募集

うえのはら結婚サポートセンターでは、次のとおり「30代中心料理ビュッフェ婚活」を開催します。おいしい料理で暑い夏と一緒に乗り越える素敵な出会いを見つけましょう！

- 日時 7月27日（日）午後0時10分（正午受付）
- 場所 カフェ&レストラン ジーク
- 対象 28歳～42歳程度の独身男女
- ※上野原市外の女性は、上野原駅まで送迎があります。
- 定員 男女各10人程度
- 参加費 市内男性4,000円、市内女性1,500円、うえのはら結婚サポートセンター登録男性3,500円、一般男性6,500円、一般女性1,900円

●問い合わせ 山梨恋活コミュニティ（☎ 090-4597-9915）

●申込方法 ホームページ（右のQRコード）の申込みフォームまたはメール（wincere2013@gmail.com）でお申し込みください。

●申込期限 男性は抽選日「7月21日（月）」、女性は定員になり次第申し込みを締め切ります。

※抽選結果は、7月24日（木）前後に発表します。

●主催 うえのはら結婚サポートセンター

●運営 山梨恋活コミュニティ

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



ペットボトルのリサイクルにご協力ください

ペットボトルはごみ集積所に出すことができます

●問い合わせ 生活環境課ごみ対策担当 (☎ 63-5353)

今年4月から、市内スーパーなどに設置されている回収ボックスに加えて、普段ご家庭のごみを出す集積所へペットボトルが出せるようになりました。

回収したペットボトルは、市とサントリーグループとの協定に基づき、指定リサイクル業者に売却（令和6年度の売却額は1,834,371円）し、その後、「ボトルtoボトル」水平リサイクルにより再生ペットボトル

としてリサイクルされます。ペットボトルのリサイクルが増えることで、市の収入が増加し、行政サービス向上につながるとともに、環境に優しい循環が生まれます。

ペットボトルは、分別して出すだけでリサイクルが可能です。次の手順のとおりペットボトルを分別し、リサイクルへのご協力をお願いします。

- 1 リサイクルマークを確認**



ラベルやボトル本体にリサイクルマークがあるか確認する。
- 2 ラベルなどを取り除く**



ボトルからキャップとラベルを取り除く。
- 3 ボトルをすすぐ**



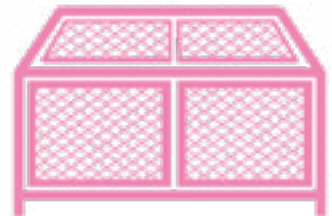
異物や飲み残しなどがあるとリサイクルできません。
- 4 ボトルをつぶす**



まとめたときにかさばらないよう、軽く潰してください。
- 5 袋にまとめる**



ペットボトルのみで袋にまとめてください。
- 6 集積所に出す**



ペットボトルの日にごみ集積所に出してください。

「なびと〜く！」
上野原市音声サービス



上野原市音声サービス

「なびと〜く！」が始まります



このQRコード
を読み取って
実際に試して
みてください！

上野原市音声サービス「なびと〜く！」は、市から発信する情報をスマホやタブレットを使って音声で聞くことができるサービスです。今後、市からのお知らせや、上野原アーカイブルームでの展示説明など、さまざまな場面でこの音声サービスを活用し、より伝わりやすく情報を発信していきます。

【音声の再生方法】
お手持ちのスマホやタブレットのカメラでQRコードを読み取り、再生画面が表示されたら再生ボタンをタップ。再生画面では、読み上げ速度の調節や声の変更もできます。

【問】総務課情報推進担当 (☎ 62-3117)

もう入れた？

上野原市が推進する地域コミュニティ支援事業 上野原市シェアタウン

上野原で子育てするなら「マイコミュ」アプリ

「マイコミュ」は、上野原市が推進する地域コミュニティ支援事業「上野原市シェアタウン」の取り組みで活用している地域のアプリです。地域情報や子どもと楽しめるイベント、おゆずりのシェアリングなど、子育て中の方にうれしい情報・役立つ機能がいっぱい！ぜひ登録ください。

／かしこく使って、夏休みをもっと楽しく！／

交流イベント
子どもと参加できる
イベント情報が
探せる

モノのシェア
アウトドアグッズや
水遊び道具などを
貸し借り

グループ
子連れで行けるランチや
おすすめの病院・
小児科などの情報を
教えてもらえる



登録料・利用手数料無料！
ダウンロードはこちらから



【問い合わせ】政策秘書課政策担当 電話 62-3191 兼AsMama メール info@asmama.co.jp

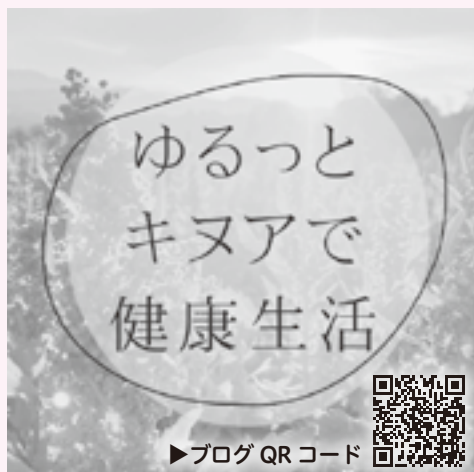
～協力隊活動日記～
キヌア栽培と
普及担当！
竹内隊員

私はキヌア担当ですが、実はこの担当につく前は「スーパーフードっていうけど効果もそんなにわからないし調理めんどくさそう」と思っていました。しかし、効果と調理法がわかると180度見方が変わりました。「ズボラな私でもやれそう！」と思うようになったキヌアの効果の一部をお伝えします。

キヌアは、お米と同じく穀物として扱われますが、低GI食品でお米と比べて血糖値の急激な上昇を抑えます。そのため食べても『腹持ちがよく、太りづらい』のです。アメリカの研究結果では、メタボにも効果ありとのこと（個人差有り）。

他にも『洗ってお米と一緒に炊くだけ』とか『お味噌汁の具材と一緒に煮込むだけ』とか、調理が手軽で普段の生活に取り入れやすく、健康が気になっているけど何から始めていいかわからない私にはピッタリでした。

市内の一部のスーパーや談合坂SAでも販売中のキヌア。ぜひ生活に取り入れてみてはいかがでしょうか？一日の適量や他の効果について、もっと知りたくなったという人のためにブログを開設しました。こちらどうぞ(上のQRコード)。



▶ブログQRコード

オコシタイ
通信
vol. 56

上野原市
地域おこし協力隊



Facebookで
活動報告中！

市立病院 通信

第20回 内科 野原 翔太 医師

このコーナーでは、市立病院のみなさんの思いをお伝えしていきます。当面、隔月掲載の予定です。



4月より上野原市立病院内科に赴任しました野原翔太です。

東京都出身で、東京慈恵会医科大学を卒業し、東京都練馬区の総合病院にて研修を積みました。研修の中で、何度か上野原市立病院にもお世話になりました。

医師としては、内科・総合診療を学んできましたので、今までの経験を活かして上野原市やその近隣の皆さまに貢献できればと考えています。山梨県内の観光地も楽しみながら、職務に励みますので、よろしくお願いいたします。

Uenohara Municipal Hospital

秋山空手道スポーツ少年団

「夢は叶う・諦めない・日々成長」



団体の概要

1999年の活動開始から、市内全域の中学校を中心に、常に20名程度の生徒が在籍しています。空手道を通じて他校や年齢が離れた人とコミュニケーションを取ることによって、相手を思いやり、感謝を伝える事が出来る人を育成しています。また、県大会優勝者、関東・全国大会代表選手も小学生、中学生共に毎年輩出しており、「夢は叶う・諦めない・日々成長」を心掛け、活動しています。

活動内容

週2回の通常練習のほか、土日の強化練習（不定期）や年3回の昇級昇段審査会、年間5回程度の県大会出場、保護者の皆さんと一緒に鏡開き・お花見・ミニ運動会・バーベキュー・クリスマス会、体育館や周辺の美化活動などを行っています。

みんなに一言

空手道は、世界で1億人以上の人々に愛されています。また、敗者は勝者を称え、勝者は敗者に対して敬意を表し、喜び方もとても謙虚で、この姿勢は誇るべきものです。

実は、上野原市は過去に日本一・世界一の選手を輩出しており、上野原市民には、空手道の精神が合っているのだと思います。

今後、空手道を通じて皆さんの力になれるよう、チーム一同精進していきます。

Instagram



団体名	秋山空手道スポーツ少年団
活動場所	旧桜井小学校体育館
活動日時	毎週月・木曜日 午後6時30分～8時40分（土日に強化練習有り）
対象者	園児～一般
代表者	小俣 信也
連絡先	090・7812・4894 so-grand-blue0427@docomo.ne.jp

一緒に学ぼう！うえのはら手話くらぶ

Lesson 46 お大事に（体）

●問い合わせ
福祉課障害福祉担当（☎ 62-4133）



胸に当てた左手の甲を右手で2～3回まわしなでる。

うえのはら健康家族

●問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)

保健師からのメッセージ No.151

今月のテーマ

ペアレント・トレーニングをご存知ですか？



近年、子育てを取り巻く環境は大きく変化し、さまざまな課題が浮き彫りになっています。特に、共働き家庭の増加や地域社会のつながりの希薄化により、子どもたちの育成において親の役割がますます重要視されています。

そこで市では、地域全体で子育てを支援し、すべてのお子さんが健やかに成長できる環境づくりを推進するため、今年度より「ペアレント・トレーニング」を新たな取り組みとして導入し、親たちが子育てにおいて必要な知識やスキルを身につける機会を提供しています。

今年度は、6月からペアレント・トレーニングの講座（1コース6回）を開催しています。1コース

のみの開催予定であり、申し込みはすでに終了していますが、次年度以降も継続的に実施していく予定です。今後の開催については、詳細が決まり次第「広報うえのはら」や市のホームページをとおしてお知らせしますので、ご注目ください。

子育ては一人ではなく、多くの人々と共に支え合いながら進めていくものです。ぜひ、この機会に新たな知識と仲間との出会いを楽しんでいただければと思います。

【ペアレント・トレーニングとは】

保護者が子どもの発達特性を理解し、子どもの行動に適切に対応するためのスキルや技術を習得するためのプログラムです。この講座では、専門の講師から子育てに関する理論や実践的な技術を学びながら、参加者同士で意見交換や情報共有ができます。具体的には、子どもの行動を理解するための観察方法や、ポジティブなコミュニケーション技術、環境調整、子どもへの効果的な指示の出し方など、多岐にわたる内容が含まれています。

また、この講座は単なる知識の習得にとどまらず、家庭で実践できる具体的な方法を学ぶことができる点が特徴です。参加者は、自身の子育てに対する自信を深めるとともに、他の保護者とのつながりを持つことで、孤独感を軽減し、共感し合える仲間を得ることができます。

上野原市

ペアレントトレーニング

親子がHAPPYになるために

ペアレントトレーニングとは？

ペアレントトレーニング（通称ペアトレ）とは、保護者が子どもの行動に正しく対応するためのスキルや知識を習得するためのプログラムです。知ることに限らず、こどもの健全な行動を養うためのスキルを具体的に学ぶことができます。

こんな方におすすめ

- 自分の育ちが育っているのが不安
- 焦りくち死んでばかり
- もっと良い言い方や方法があったのかな
- 子どもが言うことをきいてくれない
- 他の子が良い子に見える
- 子育てって難しいなあ
- 子どもの特性は自分のせい？ など

他の保護者の保護者の感想

子どもへの関わり方を学んだ

「私もそうなんだ」と共感できる仲間がいて心強かった

育てにくさを感じにくくなった

子育てに不安や悩みがあるママやパパ！

トレーニングを受けて、子どもへの関わり方について一緒に学びましょう！

プログラム

日程 ①6/4、②6/18、③7/2、④7/16、⑤7/30、⑥8/13

時間 午前10時～12時

会場 総合福祉センターふじみ

対象 2歳～小学3年生のお子さんをもつ保護者の方

お問い合わせ ☎0554-62-1199

上野原市 こども家庭センター

保健だより

●申し込み・問い合わせ 子育て保健課 (☎ 62-4134)

★乳幼児健診

	実施日	該当児
4 か月児	7月4日（金）	R7年2月11日～3月11日生
	8月1日（金）	R7年3月12日～4月8日生
9 か月児	7月4日（金）	R6年9月1日～9月15日生
	8月1日（金）	R6年9月16日～10月15日生
1歳6か月児	7月9日（水）	R5年11月14日～12月31日生
2 歳 児	7月4日（金）	R5年4月1日～5月15日生
	8月1日（金）	R5年5月16日～6月15日生
3 歳 児	7月9日（水）	R4年2月14日～4月12日生

※詳細については、該当児にお知らせを郵送します。

※母子手帳アプリ・母子モ（上野原すくすく☆につき）に登録すると、該当児にお知らせが配信されます。

◎問い合わせ 子ども家庭担当 (☎ 62-1199)

★すこやか発達相談

すこやか発達相談が市公式 LINE からお申し込みできるようになりました。「ことばが遅い」、「お友だちと上手に遊べない」などの悩み事に心理相談員が応じます。

◎申込方法 電話申込、または市公式 LINE による電子申込（右 QR コード）

▶市公式 LINE



◎問い合わせ 子ども家庭担当 (☎ 62-1199)

伝言板



市立病院からのお知らせ

●問い合わせ 上野原市立病院 (☎ 62-5121)

★脳ドックを受診しよう



▶ 検診項目 ①診察（問診）、身長、体重、血圧測定
②血液、生化学的検査③頭頸部 MRI・MRA

▶ 検診料金 33,000 円（税込）

※オプション：頸動脈超音波検査 6,050 円（税込）

▶ 実施日時 毎月最終土曜日の午後（月 1 回）

▶ 定員 4 人（定員を超えた場合は翌月以降のご案内）

★『人生会議』を知っていますか？

『人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）』とは、もしものときに備えて、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

生きていくと、突然の事故や病気、認知症などにより、自分の意志が伝えられなくなってしまうことがあります。だからこそ今、自分が何を大切に、どのように生きていか考えておくことが大切です。

★検診のご案内

実施場所 総合福祉センターふじみ

申込方法 医療保健担当 (☎ 62-4134) へ電話

【集団検診】

◎実施日 10月15日（水）、16日（木）、17日（金）、18日（土）、19日（日） 午前実施
◎検診項目 特定（基本）健診、胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん・乳がん（マンモ）検診、乳房超音波検査、腹部超音波検査

【婦人科検診】

◎実施日 10月15日（水）、17日（金）、11月11日（火） 午後実施
◎検診項目 乳がん（マンモ）検診、乳房超音波検査、子宮頸がん・大腸がん検診

【子宮頸がん検診】

◎実施日 9月8日（月）、17日（水）、10月23日（木）、25日（土）、11月5日（水）、26日（水） 午後実施
※10月25日（土）のみ午前実施

※市の施設検診との重複受診はできません。

※乳がん（マンモ）検診と子宮頸がん検診は2年に1度の検診になります。（昨年度受診している場合は受診できません）

※年間日程や自己負担金などの詳細については、広報4月号折り込み「保健事業のご案内」または市ホームページでご確認ください。

※定員に達し次第締め切ります。お早めにお申し込みください。

★一般健康診断を実施しています



▶ 健診日（下記の月曜日）	▶ 受付時間 ※時間厳守
7月7日、8月4日・18日、9月1日・29日	午後2時～3時

▶ 受付場所 外来受付 ▶ 場所 健診センター

▶ 健診費用 全額自費

▶ 健診結果 実施日から2週間後のお渡しになります。※詳しくは病院 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

上野原市立病院 ACP チーム

まずは、あなたの大切な人と話してみましょう。そうすることで、もしものときにあなたの望みを代弁してくれるはずです。

当院では、医師をはじめとした多職種からなる ACP チームを発足し、現在、人生会議のポスター掲示やパンフレット作成など、さまざまな啓蒙活動を行っています。

今後についても、ご本人が望みを語り、それが尊重されるために、チーム一同尽力していきます。

お知らせチェックリスト

7月は「社会を明るくする運動」の
強調月間です!!

福祉課福祉総務担当（☎ 62-4133）

この運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする、法務省が主となって唱える全国的な運動で、今年で75回目を迎えました。

この運動が目指す立ち直り支援の輪に、皆さんぜひご参加ください。

本格的な科学入門講座を誰でも楽しめます
親子孫で〈たのしい仮説実験〉講座

小学校低学年から大人まで楽しめる科学入門講座です。テーマは、仮説実験授業「自由電子が見えたなら」。オリジナル実験セットを使って、参加者みんなで話をしながら楽しめます。

- 日時（場所）
 - ・8月2日（土）～3日（日） 午前9時30分～午後3時30分（忍野村生涯学習センター）
 - ・8月9日（土）～10日（日） 午前9時30分～午後3時30分（富士吉田市民会館会議室）
 - ・8月16日（土）～17日（日） 午前9時30分～午後3時30分（都留文科大学THMC講義室）
- 対象 小学3年生以上の子どもとその親・祖父母（大人お一人様の参加も大歓迎）
- 定員 各会場30人
- 参加費（税込） 親子1組8,800円、子ども2人目から+2,200円、大人1人参加6,600円
- 申込方法 楽知ん研究所公式LINEもしくはホームページから電子申込



▶ Web 申込



▶ LINE 申込

- 申込期限 各会場開催日の1週間前
- 主催 NPO 法人 楽知ん研究所

●問い合わせ NPO 法人楽知ん研究所
（メール t-muto@luctin.org）

地下水（井戸水など）の
水質調査の募集について

生活環境課生活環境担当（☎ 62-3114）

市では、水質監視の観点から毎年、地下水（井戸水など）の水質調査を行っています。

この調査について、ご自宅や畑または事業所などで地下水（井戸水など）を使用している市民や業者を対象に水質調査の協力者を募集します。調査費用は無料です。ぜひご応募ください。

- 応募要件
 - ・井戸などが自己所有の敷地内または事業所の敷地内に設置されている
 - ・井戸などが採水可能な位置、状態にある（蛇口が設置してあるなど）
 - ・災害時に地域の生活用水として解放できる（現地調査の際に「災害時協力井戸申請書」をご記入いただきます。）

※令和6年度に水質調査を受けた人は対象外

●応募期限 7月31日（木）

※調査をご希望の場合は、事前にご相談ください。

※予算の範囲内で調査を実施するため、申請が多数の場合は、先着順となります。

男女共同参画啓発
図画コンクール作品募集県男女共同参画・多様性推進課
（☎ 055-223-1358）

県では、次世代を担う小学生が創作活動を通じて男女共同参画社会への理解と関心を深めることを目的に「男女共同参画啓発図画コンクール」を実施します。

- 応募対象
 - ・小学校低学年の部 小学1～3年生
 - ・小学校高学年の部 小学4～6年生
- 募集内容・規格
 - ・内容 「男女共同参画」をテーマとした図画。「みんながそれぞれの違いを個性として認め合い、性別にとらわれず、自分の個性や能力を自由に発揮している」という明るいイメージが伝わるもの。
 - ・規格 市販の八つ切画用紙(272mm×393mm程度)。縦・横いずれも可。画材自由。裏面に応募票（県ホームページから入手可）を貼ってください。
- 提出先 下記へ持参または郵送で提出してください。
〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1（山梨県庁本館2階） 山梨県男女共同参画・多様性推進課
- 提出期限 9月12日（金）必着

木造住宅の耐震診断・
耐震改修支援事業

建設課都市計画担当（☎ 62-3123）

市では、地震による木造住宅の倒壊から市民の生命や生活を守るため、木造住宅の耐震診断や耐震改修の支援を行っています。

【木造住宅の耐震診断】

●対象住宅（次の項目全てに該当する住宅）

- ・市内に存する住宅（1所有者につき1棟が対象）
- ・昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅
- ・2階建て以下で延べ床面積300㎡以下の住宅
- ・専用住宅または住宅部分が2分の1以上の併用住宅
- ・長屋および共同住宅以外の戸建住宅
- ・市税などの未納のない人が所有する住宅

●診断費用 無料（個人負担はありません）

●申込期限 令和8年1月30日（金）

※申込状況により変更する場合がありますので、事前にご相談ください。

●申込方法 申込書に必要事項を記入し、建設課まで提出してください。申込書は建設課に用意しているほか、市ホームページからダウンロードもできます。

【木造住宅の耐震改修】

●対象住宅（次の項目全てに該当する住宅）

- ・上記の耐震診断の対象で、診断を実施した結果、倒壊の危険性があると診断された住宅もしくは建築士の診断により倒壊の危険性があると判断され、建て替えのために除却する住宅
- ・令和7年度内に工事が完了する住宅
- ・改修の場合、改修後に耐震診断判定基準の総合評価点が1.0以上になる住宅

※その他諸条件があります。

●補助金の額 改修・建替工事費（上限143万7,500円）

●申込期限 工期によって異なりますので、事前にご相談ください。

●申込方法 建設課窓口もしくはお電話にてお申し込みください。

【木造住宅の耐震シェルター設置】

●対象住宅（次の項目全てに該当する住宅）

- ・上記の耐震診断を実施した結果、耐震診断判定基準の総合評価点が0.7未満と診断された住宅
- ・令和7年度内に工事が完了する住宅

※その他諸条件があります。

●補助金の額 耐震シェルター設置費（上限36万円）

●申込期限 工期によって異なりますので、事前にご相談ください。

●申込方法 建設課窓口もしくはお電話にてお申し込みください。

にほんごきょうしつ
日本語教室
がいこくじんがくしゅうしゃ ぼしゅう
外国人学習者募集

「初めて日本語を学ぶ」「もっと日本語を話したい」、どんな日本語レベルの人も参加できます。楽しく日本語を勉強して、仲間を作ませんか。

●対象 上野原市に住む外国の人、上野原市で働く外国の人

●開催日時 7月27日（日）から11月9日（日）までの日曜日 午後1時30分～3時30分

●回数 16回

●場所 市役所の会議室

●参加費 無料（申し込みも必要ありません）

●問い合わせ

山梨県国際交流協会 古屋（☎ 055-228-5419、メール y-nihongo@yia.or.jp）

中央公民館「体験！武術太極拳」

社会教育課社会教育担当（☎ 62-3409）

中央公民館では、次の日程で「武術太極拳体験教室」を開催します。ゆったりとした動きで筋力や柔軟性を鍛えてみませんか。昼の部・夜の部それぞれ全2回の活動の後、希望者は自主サークルとして継続して活動する予定です。

- 日時
 - ・夜の部 7月31日（木）、8月7日（木） 午後7時～8時30分
 - ・昼の部 8月27日（水）、9月3日（水） 午前10時～11時30分
- 場所 もみじホール 2階 会議室2
- 講師 日本武術太極拳連盟 藤本典子先生
- 参加費 無料（要予約・定員20人）
- 申込方法 市公式LINEによる電子申込、または社会教育課まで電話申込

※当日は、タオルと水分補給用の飲み物をご持参の上、動きやすい服装と靴でお越しください。



富士吉田市立看護専門学校 オープンキャンパスのご案内

看護師を目指している高校生・社会人の皆様のご参加をお待ちしています。費用は無料です。

●日時 7月26日（土）午前9時～正午、8月19日（火）午後1時30分～4時30分

●対象 入学希望の学生・社会人およびその保護者

●場所 富士吉田市立看護専門学校

●内容 校内見学、演習体験、在学生との座談会など

●申込方法 ホームページからお申し込みください。

※保護者の相談会もあります。

※社会人を対象とした、トワイライトオープンキャンパス（8月22日（金）午後6時～7時）の実施も予定しています。



●問い合わせ

富士吉田市立看護専門学校 庶務課
☎ 0555-24-8787

夏休み浄水場見学会

☎ 東部地域広域水道企業団 ☎ 22-0099

東部地域広域水道企業団では、夏休み中の小学生を対象に浄水場見学会を開催します。水道施設の見学や実験などを通して、楽しみながら水をきれいにする仕組みを学びませんか。

●日時 7月26日（土）・30日（水） 午前10時～正午（雨天決行）

●場所 百蔵浄水場（大月市七保町下和田 2225-5）

●対象 市内在住の小学校4～6年生と保護者

●定員 各見学日6組（先着順・定員締切）

●参加費 無料

●申込方法 電話でお申し込みください。

●申込期限
7月17日（木）



山梨県弁護士会による 講演会開催のお知らせ



☎ 山梨県弁護士会 ☎ 055-235-7202

山梨県弁護士会では、次のとおり講演会「日本の死刑制度について考える懇話会報告書を読み解く」を開催します。参加は無料です。ぜひご参加ください。

●日時 7月30日（水）午後5時30分～7時（予定）

●場所 山梨県弁護士会館（甲府市中央1-8-7）

●内容 中央大学大学院法務研究科教授であり慶應義塾大学名誉教授の法学者・井田良さんを講師にお招きし、日本の死刑制度の問題点を考えていきます。

●申込方法 申込フォーム（右 QR コード）または山梨県弁護士会ホームページ（右上 QR コード）からお申し込みください。

※定員の空き次第で、当日参加可能です。
※ Zoom での Web 参加も可能です。申込後に配信されるメールに記載のリンク先からご参加ください。

地域密着型サービス事業者 の公募について

☎ 長寿介護課介護保険担当 ☎ 62-3128

市では、上野原市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画に基づき、地域密着型サービス施設（定期巡回・随時対応型訪問介護看護）の整備・運営を行う事業者の公募を行います。

●募集数 1事業所（市内全域を対象圏域とする）

●対象 令和8年3月までに施設整備および指定手続きを完了し、同年4月よりサービスの提供開始が見込める事業者

●受付期間 7月1日（火）～8月8日（金）午後5時まで（土日・祝日を除く）

※公募要領などは、長寿介護課窓口または市ホームページから取得できます。

お買い物サービス券 「ノっとくきっぷ」について



☎ 生活環境課生活環境担当 ☎ 62-3114

市では、公共交通である路線バスを利用して買い物をする人を対象として、お買い物サービス券「ノっとくきっぷ」を交付し、対象商業施設において各種サービスの提供を受けることができる、公共交通（路線バス）利用促進事業を実施しています。

●利用方法 市内で運行される路線バスに乗って対象の商業施設などへ行く際、降車時にバス運転士に配布希望の旨を伝え、「ノっとくきっぷ」を受け取ってください。サービス提供が可能な対象商業施設において、会計時に「ノっとくきっぷ」を提示すると、協力施設ごとのサービスを受けることができます。
※1回の乗車につき、1人1枚の交付となります。

●対象商業施設およびサービス内容

施設名	サービス内容
いちやま마트 上野原店	税込1,000円以上のレシートとノっとくきっぷをサービスカウンターに提示するとモアカードポイント100ポイント付与（カード会員限定）
オギノ 上野原店	1回のお買い物金額が税込1,000円以上の場合、その場でオギノグリーンスタンプポイント5倍
菓子処 植松	税込1,000円以上お買い上げの人にお菓子を1つプレゼント（お店が用意したお菓子）
クスリのサンロード 上野原店	ポイントプラス1倍（ポイント3倍時は、ノっとくきっぷ提示で4倍）

※対象商業施設は、上記以外に追加することがあります。詳しくは、市のホームページをご確認ください。

【参加事業者を募集しています!!】

本事業の趣旨に賛同し、ご参加いただける事業者を募集しています。詳しくは、市のホームページ（右のQRコード）をご覧ください。



教育長・教育委員に任命されました

市議会の任命の同意を得て、6月20日付けで教育委員会教育長に小澤勇人さん、6月9日付けで教育委員に渡部一雄さん・小俣康信さんが任命されました。教育長の任期は令和10年6月19日まで、教育委員の任期は令和11年6月8日までです。

教育長



おざわ はやと
小澤 勇人さん

教育委員



わたなべ かずお
渡部 一雄さん



おまた やすのぶ
小俣 康信さん

有料広告

墓石・仏壇
株式会社 小野石材店
☎ 0120-21-4835 上野原郵便局そば
お仏壇のエヴァ 上野原市上野原504-1

クレイン農業協同組合
令和8年度採用職員募集
応募資格 令和8年3月高校・短大・大学卒業見込者等
▶詳細はHPで!! クレイン農協 検索
▶問合せ 総務部 総務人事課 ☎ 0554-20-8800

～人の動き～

人口と世帯（令和7年6月1日現在）		
	人口等	対前月比
人口	20,976人	-24
男性	10,536人	-1
女性	10,440人	-23
世帯	10,045世帯	8

サマージャンボ7億円
（1等5億円・前後賞各1億円合わせて）
サマージャンボミニ同時発売
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
各1枚 300円
7月11日〇発売!
発売期間7/11(金)～8/11(月)
宝くじ公式サイト

上野原アーカイブルーム 7月のお知らせ

もみじホール1階の上野原アーカイブルームは、市の歴史や文化を紹介する展示室です。新たな展示や各種企画を用意してご来場をお待ちしています。

【ミニ展示「戦争と上野原展」】

●日程 7月1日（火）～8月31日（日）

【企画展「つむぎ、編み、織られた上野原の暮らし」】

●日程 7月15日（火）～9月15日（月・祝）

【企画スペース一般貸出し】

●期間 10月1日（水）～11月30日（日）

●申込方法 電話または窓口で申込み

●申込開始 7月14日（月）

※利用料金などについては、お問い合わせください。

《上野原アーカイブルーム開室時間》

午前9時～午後5時（月曜日は休室、
ただし月曜日が祝日の場合は翌平日）

●問い合わせ 社会教育課社会教育担当（☎62-3409）



無生野の大念仏見学会

社会教育課社会教育担当（☎62-3409）

市では、次のとおり「無生野の大念仏見学会」を開催します。ユネスコ無形文化遺産に登録された秋山地区の伝統行事をバスでご案内します。

●日時 8月16日（土）午後6時～9時30分予定

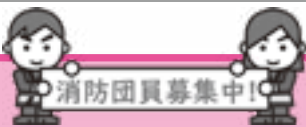
●参加料 100円（保険料）

●定員 20人（応募多数の場合は抽選）

●申込方法 電話でお申し込みください。

●申込期限 7月25日（金）

地域を守る 消防団に入団しよう!!



消防団は、地域の安全・安心を支える地域防災の要として、火災・水害などの災害対応や平常時の防火・防災活動など、多岐にわたって地域に貢献しています。

市では、性別を問わず18歳以上の幅広い世代に消防団への入団を求めています。少しでも興味がある人は、気軽にお問い合わせください。



市ホームページ



●問い合わせ

消防総務課庶務担当（☎62-4112）

第21回上野原市民合唱祭 新規参加団体募集!!

上野原市民合唱祭実行委員会事務局
鷹取（☎67-2038）

市民合唱祭に参加する新規の合唱団を募集します。

●開催日時 11月30日（日）午後1時～

●開催場所 もみじホール

●参加資格 市内在住者で構成されている合唱団

●申込方法 事務局まで電話でお申し込みください。

●申込期限 7月31日（木）



有料広告

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、
プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎055-288-1038

結婚相談所ムスベル

お片付けのことなら
リサイクルショップはこぶね

出張買取・実家の片付け・遺品整理・生前整理

見積無料 寄り添い、安心。まるごとお任せ。

まずはお気軽にご相談ください。

TEL: 042-638-0133

放送大学入学生募集



放送大学山梨学習センター（☎055-251-2238）

放送大学は、令和7年10月入学生を募集しています。
10代から90代の幅広い世代、8万4千人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。

授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

●出願期間

第1回 8月29日（金）まで

第2回 9月11日（木）まで

※資料を無料で差し上げています。資料請求は、ホームページ（右上QRコード）からお願いします。

国民平和大行進に参加しましょう

「原爆と人間」パネル展実行委員会
高倉（☎66-3732）

5月6日に全国8か所から広島、長崎に向けてスタートした原水爆禁止国民平和大行進は、北海道、青森、秋田、山形、新潟、長野を経て、次の日程で上野原市を行進します。飛び入り参加も大歓迎です。ぜひご参加ください。

●日時 7月17日（木）午前11時

●場所 牛倉神社

●内容 牛倉神社に集合後、市役所まで徒歩で移動して式典を行い、甲武トンネルまで車で移動して東京へ引き継ぎます。

※参加者は、熱中症対策を万全にしてください。

有料広告

屋根・外壁・板金・雨樋一式
新島工業株式会社

一緒に働きませんか?

職人・見習い大募集!

見習い13,000円～（日給）*社保完備*昇給有*未経験者優遇*
お気軽にお電話ください!

TEL:042-687-4886

猫の不妊・去勢手術の 費用を補助します



生活環境課生活環境担当（☎62-3114）

市では、猫の不妊・去勢手術費の補助を行っています。

●対象となる猫 市内に生息する飼い主のいない猫および多頭飼育されている猫

※多頭飼育されている猫の場合は、補助要件があります。必ず事前にご連絡ください。

●補助対象費用 令和7年4月1日以降に行った手術に要した実費（ただし、不妊手術15,000円、去勢手術10,000円を上限とします。飼い主のいない猫については上限額に+1,000円）

●申請に必要な書類

・上野原市猫不妊・去勢手術費補助金交付申請書兼請求書

・動物病院が発行した領収書

・手術した猫の写真

●申請期限 令和8年3月10日（火）

※予算の範囲内で実施しますので、申請多数の場合は先着順となります。

平和の大切さを共に考える

「原爆と人間」パネル展

戦争の悲惨さを知り、原爆の怖さと被爆体験を語り継いで後世に残していくため、高校生が被爆者から聞いた当時のお話を元に表現した絵や広島・長崎の原爆写真のパネル展示を行います。

●日時 8月6日（水）～8日（金）午前10時～午後4時

●場所 市役所 1階 ロビー（観覧無料）

●後援 上野原市、上野原市教育委員会

●問い合わせ 「原爆と人間」パネル展実行委員会
高倉（☎66-3732）

あなたの身近な不動産パートナー 有限会社ベストホーム

土地・建物の購入・売却・相続などの相談、
新築・リフォーム、お任せください。

山梨県上野原市上野原1001 協栄ビル1階

0120-42-6101



上野原市職員募集

●問い合わせ 総務課人事担当（☎ 62-3117）

令和7年度上野原市職員採用試験（令和8年4月採用）を次のとおり実施します。
詳細は、募集要項または市ホームページでご確認ください。

●試験日程

第1次試験 9月1日（月）～15日（月）
第2次試験 10月21日（火）予定

※第1次試験の会場は、全国各地のテストセンターです。

●試験申込み期間（全職種共通）

7月22日（火）～8月8日（金）午前9時～午後5時（土曜・日曜を除く）

●試験職種・受験資格 採用数：若干名

職種	区分	年齢要件	受験資格
事務職	初級	平成7年4月2日以降に生まれた者	高等学校を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者
	上級		大学を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者
事務職（社会人）	初級	昭和55年4月2日～平成7年4月1日に生まれた者	高等学校を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、常勤として1年以上継続して勤務した期間が7年以上ある者
	上級		大学を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、常勤として1年以上継続して勤務した期間が5年以上ある者
土木職（経験者）	初級	昭和45年4月2日以降に生まれた者	高等学校（土木に関する専門課程）を卒業した者、もしくは卒業見込みの者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、常勤として土木工事関係の実務経験（設計、施工管理、管理技術者など）が10年以上あり、技術士または土木施工管理技士（1級また2級）の資格を有する者
	上級		大学を卒業した者（土木に関する専門課程）、またはこれと同等以上の学力を有する者で、常勤として土木工事関係の実務経験（設計、施工管理、管理技術者等）が10年以上あり、技術士または土木施工管理技士（1級または2級）の資格を有する者
保健師	上級	昭和60年4月2日以降に生まれた者	保健師免許を有する者、または令和8年において最初に実施される保健師国家試験により当該免許を取得見込みの者
社会福祉士	上級	昭和55年4月2日以降に生まれた者	大学を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、社会福祉士の資格を有する者
保育士	中級	平成7年4月2日以降に生まれた者	保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する者、または令和8年3月31日までに取得する見込みの者
精神保健福祉士	上級	昭和55年4月2日以降に生まれた者	大学を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、精神保健福祉士の資格を有する者

※インターネットからの申し込みもできます。

※試験申込書は、市役所総務課で配布します。また、市ホームページからダウンロードもできます。

※申し込みにあたっては、必ず上野原市職員採用試験案内で受験資格などをご確認ください。

職種	区分	年齢要件	受験資格
学芸員	上級	昭和55年4月2日以降に生まれた者	大学（歴史学、考古学、民俗学のいずれかの専門課程）を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、学芸員の資格を有し、埋蔵文化財発掘調査の経験がある者
地質専門員	上級	昭和50年4月2日以降に生まれた者	大学（地質学の専門課程）を卒業した者、またはこれと同等以上の学力を有する者で、地質学の専門分野を研究した者
消防職	初級	平成7年4月2日～平成20年4月1日に生まれた者	【共通】 ①準中型自動車免許（AT限定を除く）、または大型自動車免許を取得している者または採用までに取得できる者。ただし、平成29年3月11日までに普通自動車免許を取得した者は普通自動車免許（AT限定を除く）で可。 ②次の身体条件を満たす者 ア（男性）身長おおむね160cm以上、体重おおむね50kg以上 イ（女性）身長おおむね150cm以上、体重おおむね43kg以上 ウ（視力）矯正視力を含み、両眼で0.7以上、かつ一眼でそれぞれ0.3以上で、色覚は職務遂行上支障がないこと エ 体質が健全で、四肢関節に異常がなく、諸機能が正常であること オ 精神機能および神経系統に異常がないこと カ 職務遂行に支障のない身体・体力・健康度を有すること ③採用後、上野原市内に居住することができる者
			【平成2年4月2日以降に生まれた者（消防吏員経験者）のみ】 消防吏員として1年以上継続して勤務した期間が令和7年3月31日までに通算して3年以上あること

令和7年春の褒章

社会奉仕活動功績 緑綬褒章

街をきれいにする会（コモアシニアクラブ）

令和7年春の褒章において、コモアシニアクラブの分科会である「街をきれいにする会」が令和7年4月29日付けで緑綬褒章を受章されました。

街をきれいにする会は、コモアしおつ周辺地区の環境美化を目的として平成12年に発足した団体で、現在は月2回、60代から90代まで幅広い年代の9名の会員が、コモアしおつ内から四方津駅に至るまでのゴミ拾いなど、環境美化活動を精力的に行っています。

今回の受章は、団体の発足から現在に至るまで、実に25年もの長きにわたる社会奉仕活動をたたえてのものであり、団体にはこれまでも、明るく美しい四方津駅づくりに多大な貢献をしてきたことから、国土交通省やJR東日本から何度も表彰状や感謝状が贈呈されています。今回の受章について会員の皆さんは、「街のためや健康のためと思い、根気よく活動が続けてきたからこそ受章。今後も活動を続けて行きたい」と話していました。



▲『街をきれいにする会』の皆さん

専門学校山梨県立農林大学校学生募集



●学校説明会（年6回、養成科・専攻科共通）

- ・第2回 7月12日（土）
- ・第3回 7月26日（土）
- ・第4回 8月9日（土）
- ・第5回 8月30日（土）
- ・第6回 11月1日（土）

●養成科・専攻科入試日程（推薦・一般）

- ・推薦入試 10月9日（木）
- ・一般前期入試 12月3日（水）
- ・一般後期入試 令和8年1月29日（木）

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

●問い合わせ 専門学校山梨県立農林大学校
長坂キャンパス（☎ 0551-32-2269）
富士川キャンパス（☎ 0556-42-7080）

「拳と祈り」無料上映会&トークショー
死刑と再審について考えるシンポジウム

●日時 8月3日（日）午後0時30分～

※開場は午前11時30分です。

●場所 山梨県立文学館 講堂（甲府市貢川1-5-35）

●内容 映画「拳と祈り～袴田巖の生涯～」、トークショー（ゲスト 袴田秀子さん、笠井千晶監督）

●参加料 無料（定員500人、事前予約優先）

●申込方法 申込みフォーム（右QRコード）からお申し込みください。

※席は自由席です。事前申し込みをしても席の指定はありません。

●申込期限 7月31日（木）午後5時

※定員に達し次第、申し込みを締め切ります。

●問い合わせ 山梨県弁護士会（☎ 055-235-7202）

広報うえのはら有料広告募集

市では、「広報うえのはら」のお知らせチェックリスト下段に有料広告を掲載しています。他の広告媒体に比べて費用対効果の高い広告です。会社やお店の宣伝にご利用ください。

なお、掲載規格は、このお知らせの大きさが1枠となります。（1枠 縦45.5mm、横85mm）

詳しくは、お問い合わせください。

●申し込み・問い合わせ 政策秘書課秘書広報担当（☎ 62-3191）

お知らせ



防災・減災について考えよう vol.51 問 危機管理室（☎ 62-3145）

指定避難所・指定緊急避難場所、知っていますか？

市では、大規模な自然災害が発生したときには被害状況に応じて避難所を開設します。避難所を開設した際には、防災無線や市ホームページ、市公式 LINE、行政防災うえのはらメールなどでお知らせしますので、危険と感じたら避難行動の選択肢の1つとして考えてください。なお、指定緊急避難場所は、対応する災害の種類がありますのでご注意ください。

番号	施設名	指定緊急 避難場所 ※1	対象とする災害の種類				指定避難所 ※2	所在地
			地震	土砂 災害	洪水	溶岩流		
1	旧大目小学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	○	○	○	大野 4013
2	大目出張所（会議室）	○	－	○	○	○	－	大野 1261
3	旧平和中学校（校舎・体育館・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	野田尻 808
4	甲東出張所（会議室）	○	－	○	○	○	－	野田尻 334-1
5	旧甲東小学校和見分校（校舎・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	和見 955
6	旧沢松小学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	－	○	ハツ沢 12
7	上野原高等学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	－	－	○	ハツ沢 555
8	上野原西小学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	コモアしおつ 2-13-1
9	上野原西中学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	四方津 215
10	旧大鶴小学校（体育館）	○	○	○	○	○	○	鶴川 1571
11	島田小学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	－	○	鶴島 2024
12	旧島田中学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	－	－	○	鶴島 2255
13	上野原小学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	上野原 3454
14	上野原中学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	○	○	○	上野原 9191
15	上野原市文化ホール（多目的ホール、会議室等）	○	－	○	○	○	－	上野原 3832
16	日大明誠高等学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	－	－	○	上野原 3200
17	総合福祉センターふじみ（会議室）福祉避難所※3	－	－	－	－	－	○	上野原 3163
18	中央防災公園	○	○	○	○	○	－	上野原 3760-1
19	旧桐原小学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	○	○	○	桐原 7234
20	ふるさと長寿館（会議室）	○	－	○	○	○	－	桐原 2374-1
21	旧西原小学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	○	○	○	西原 6996
22	西原出張所（会議室）	○	－	○	○	○	－	西原 3947
23	秋山小学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	秋山 8674
24	秋山中学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	○	○	○	秋山 6770
25	旧浜沢小学校（体育館・グラウンド）	○	○	－	○	○	○	秋山 11862
26	無生野集会所	○	－	○	○	○	－	秋山 12370-1
27	旧桜井小学校（体育館・グラウンド）	○	○	○	○	○	○	秋山 3325

※1 指定緊急避難場所 居住者などが災害から命を守るために緊急的に避難する施設または場所

※2 指定避難所 災害の危険性があり避難した住民などを、災害の危険性がなくなるまでに必要な期間滞在させ、または災害により家に戻れなくなった住民などを一時的に滞在させるための施設

※3 福祉避難所 指定緊急避難場所および指定避難所内に開設する福祉避難室において、生活が困難な要配慮者がいる場合などに必要に応じて開設する施設

令和7年度自衛官等募集 ●問い合わせ 自衛隊山梨地方協力本部（☎ 055-253-1591）

募集種目		資格	受付期間	1 次試験または Web 試験	備考
航空学生		海上要員 :18 歳以上 23 歳未満の者（※ 1） 航空要員 :18 歳以上 24 歳未満の者（※ 1）	～ 8 月 29 日（金）	第 1 回 9 月 20 日（土） 第 2 回 9 月 27 日（土）	1 次試験合格者は 2 次試験を受験（※ 2） 2 次試験合格者は 3 次試験を受験（※ 2）
一般曹候補生		18 歳以上 33 歳未満の者	～ 9 月 2 日（火）	9 月 13 日（土）～ 18 日（木） ※予備日 19 日（金）	1 次試験合格者は 2 次試験を受験（※ 2）
自衛官候補生		18 歳以上 33 歳未満の者	～ 7 月 4 日（金）、 7 月 22 日（火） ～ 8 月 1 日（金）、 8 月 25 日（月） ～ 9 月 10 日（水）	7 月 9 日（水）～ 15 日（火）、 8 月 17 日（日）～ 21 日（木）、 9 月 17 日（水）～ 24 日（水）	1 次試験合格者は 2 次試験を受験（※ 2）
防衛医科大学 大学校 学生	推薦	18 歳以上 21 歳未満の者（※ 1）	9 月 5 日（金） ～ 9 日（火）	9 月 20 日（土）・21 日（日）	試験日は左記の日程のみ
	総合選抜			9 月 20 日（土）	1 次試験合格者は 2 次試験を受験（※ 2）
	一般		～ 10 月 16 日（木）	11 月 1 日（土）	
防衛医科大学校看護学科学生		18 歳以上 21 歳未満の者（※ 1）	～ 10 月 3 日（金）	10 月 18 日（土）	1 次試験合格者は 2 次試験を受験（※ 2）
防衛医科大学校医学科学生			～ 10 月 8 日（水）	10 月 25 日（土）	
予備自衛官補	一般	18 歳以上 52 歳未満の者	～ 9 月 11 日（木）	9 月 17 日（水）～ 24 日（水）	1 次試験合格者は 2 次試験を受験（※ 2）
	技能	18 歳以上で国家資格を有する者（※ 3）			

※1 上記要員とも高卒見込みを含む

※2 詳細日程は、山梨地方協力本部のホームページをご確認ください。

※3 資格により年齢上限は 53 歳未満～55 歳未満に変動

自衛隊山梨地方協力本部
オリジナルキャラクター



甲州ふじ

甲州かえで

山梨地本

検索



●●● 7 月の各種相談日・申請期限・窓口業務

区分	日時	場所	区分	日時	場所
児童巡回相談	10 日（木） 午後 1:00 ～ 5:15	市総合福祉センター （要予約 ☎ 62-1199）	結婚相談所	毎週 日曜日 午前 10:00 ～ 正午	市総合福祉センター ☎ 63-3800
児童家庭相談室	毎週月～金曜日 （祝日除く）	こども家庭センター （子育て保健課子ども家庭担当） ☎ 62-1199	学校カウンセラー 教育相談	毎週月～金曜日 （祝日除く） 午前 9:00 ～ 午後 4:00	もみじホール相談室 ☎ 63-5700 ☎ 0120-28-7830
母子父子家庭相談	午前 8:30 ～ 午後 5:00		消費生活相談	毎週木曜日（祝日除く） 午前 9:00 ～ 午後 4:00	生活環境課 生活環境担当 ☎ 62-3114
ふれあい福祉相談	毎週木曜日 午前 10:00 ～ 午後 3:00	市総合福祉センター	農地売買・ 賃借申請書提出	7 月の申請書提出期限 10 日（木）	農業委員会（産業振興課内） ☎ 62-3119
人権相談	10 日（木）、25 日（金） 午前 10:00 ～ 正午		市税収納・納税相談	27 日（日） 午前 9:00 ～ 正午	税務課カウンター ☎ 62-3113
行政相談	22 日（火） 午前 10:00 ～ 正午	市役所 2 階会議室 D	市民課日曜窓口	27 日（日） 午前 9:00 ～ 正午	市民課カウンター ☎ 62-3112



一般書

- ◇『パズルと天気』 伊坂幸太郎／著 PHP 研究所
- ◇『奇のくに風土記』 木内昇／著 実業之日本社
- ◇『生活』 町屋良平／著 新潮社
- ◇『なみまのわるい食べもの』 千早茜／著 ホーム社

児童書

- 『知ると楽しい！すしのすべて』 「すしのすべて」編集部／著 メイツユニバーサルコンテンツ
- 『あおのいえ』 いとうみく／作 丸山ゆき／絵 童心社
- 『NO. 6 再会』 あさのあつこ／著 toi 8／絵 講談社

絵本

- ◆『シリアの秘密の図書館』 ヴァリ・ミンツィ／絵 ワファー・タルノーフスカ／作 くもん出版
- ◆『きみはなんのつる？』 大野八生／作 福音館書店
- ◆『どこまでいくの』 村中李衣・近藤薫美子／作 佼成出版社

図書館イベント

- あおぞらおはなし会 『キノコのしろちゃん』ほか
7月19日（土）午後2時30分～ 図書館屋上庭園（雨天の場合は会議室）
◎たんばぽ会
- 映画鑑賞会 『深夜食堂』
7月20日（日）午後2時～ 会議室
- 文芸講座 『ペーパークラフト教室』
7月26日（土）午後2時～ 会議室
- リンデンドーム朗読館 『めぐみの雨が降るまで』
村岡花子／作 ほか
7月27日（日）午後2時～ 会議室
◎上野原朗読の会

◎休館のお知らせ ◎
蔵書点検および館内整理のため、次の期間中は休館となります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
●休館期間 7月7日（月）～16日（水）

＜開館時間＞
●水・金・土・日 午前9時30分～午後5時
●火・木 午前9時30分～午後7時
【問い合わせ】 市立図書館 ☎63-5241



選択的夫婦別姓制度について

選択的夫婦別姓とは、婚姻時に夫婦同性にするか別姓にするかのいずれかをみずから決定する選択の自由を認めるものです。

日本の現行法では、婚姻時に夫婦が同じ姓を名乗ることが義務付けられていますが、選択的夫婦別姓制度の導入に関する取り組みは、1990年頃から議論されています。1990年代初頭には、法制審議会では選択的夫婦別姓の導入について提言されましたが、当時の国会では議論されませんでした。

法務省のホームページによると、フランスや韓国などの国では、原則として夫婦別姓とされており、アメリカ、イギリス、ドイツなどの国では、選択的夫婦別姓を認めています。選択的夫婦別姓制度は、海外では多くの国で導入されており、日本が唯一、夫婦同性の国だそうです。

議論が始まってから30年以上が経過していますが、導入の議論は長きにわたり決着していません。一部には、家族としての一体感が損なわれるという意見や、子どもの姓を選ぶときに混乱が生じる可能性があるなどの意見もありますが、経営者や研究者などでは、改姓による実害が生じているそうです。皆さんは、選択的夫婦別姓の導入についてどのように考えますか？



【問い合わせ】市男女共同参画推進委員会（総務課総務担当内） ☎62-3117

上野原市立病院 7月の外来診療

●問い合わせ 市立病院 ☎62-5121

診療科・診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内 科	午前 初診	浮田（紗）・野原	岡本（佳）・谷口	野原・浮田（健）	谷口・村田	浮田（健）・三澤（明）
一般外来	午前 予約	三澤（仁）・松本・奥津	岡本・村田・松本	長坂（浩）・牛島	浮田（健）・浮田（紗）	岡本・村田・進藤
専門外来【予約制】	午後		<腎臓>尾田	<糖尿病>高橋	<睡眠>亀井注2	<睡眠>竹内注1
神経内科	午前				森嶋（予約）	
小児科	午前	小野・金子	成澤・金子	小野・金子	杉田・金子	小野・金子
小児科【専門外来】	午後	<心臓外科>吉沢第1月曜日のみ				
脳神経外科	午前	長坂	長坂	長坂	山梨大非常勤医師	長坂
外 科	午前	小金澤注3	遠藤	安藤	小金澤	小金澤
皮膚科	午前 午後	前島		三井		
整形外科	午前	菅原・片山	須田	戸島	中山・片山	金沢・片山
眼 科	午前	河西		木村（受付8:00～11:00）	河西	
【一般外来】	午後		7/2,16,23,30 米山7/9 岡部		7/4,18 木村7/11,25 櫻田	
耳鼻咽喉科	午前		羽田（9:30 診察開始）	丹澤		高橋
	午後			丹澤（受付14:00～15:30）		高橋（受付14:00～15:30）
泌尿器科	午前		岡根谷		村石	
婦人科	午前				福田（受付8:00～10:30）	
西原診療所	午後			内科医師第3水曜日のみ		
秋山診療所	午前 午後	岡本注4		ツル虎ノ門医師	上條	

●受付時間 診療：午前8時～11時30分、午後2時～4時 小児科予防接種：午後2時～3時15分
診察予約変更：平日午後1時～4時 電話での問い合わせ：午前8時30分～午後5時
※この案内は、6月19日現在のものです。都合により変更・休診となる場合があります。最新の情報は、3月にリニューアルした市立病院ホームページ（右のQRコード）からご確認ください。
※小児科の夜間・休日診療などは「富士・東部小児初期救急医療センター（☎0555-24-9977）」で行っています。
※もの忘れ外来は予約制です。予約お問い合わせ時間：午前8時30分～午後5時
※神経内科は完全予約制です。初診で受診希望の人は平日午後1時～4時に電話で予約してください。また、来院の際は紹介状を持参してください。
※白内障手術は米山医師・櫻田医師が担当します。白内障外来を受診希望の人は、米山医師または櫻田医師の外来を受診してください。
注1 睡眠時無呼吸症候群は、平日金曜日竹内医師が診察します。初診で受診希望の人は平日午後1時～4時にお問い合わせください。
注2 眠りに関する悩みを気軽に相談ください。初診で受診希望の人は平日午後1時～4時にお問い合わせください。
注3 第3月曜日は千葉医師が担当します。
注4 第1・3・5月曜日は、午前のみ診療・午後休診です。



上野原市立病院〈睡眠外来〉竹内暢医師の睡眠コラム #28



睡眠障害内科ができるかも？

皆さん、こんにちは。先日テレビで、久しぶりに「標榜科」が追加になるかもしれないと放送されたので、その内容についてお話しします。

標榜科とは、「内科」や「外科」など、医療機関が看板などに掲げる診療科のことですが、医療機関が標榜（広告）できる科目は、勝手に決めているものではありません。「医療機関が標榜（広告）を行うことができる診療科名については、患者や住民自身が自分の症状等にあった適切な医療機関の選択を行うことを支援する観点から、医学技術に関する学術団体の意見や、医道審議会診療科名標榜部会において総合的に判断した上で、標榜可能な診療科を定めてきている」という決まりがあります。

まだ正式には決まっていますが、ひよっとすると今回『睡眠障害内科』など、睡眠に関する標榜ができるようになるかもしれません。県内でも標榜できる医療施設が増えると、皆さんの睡眠についての理解も深まって、嬉しい限りなのではないでしょうか。

広報うえのはら おトククーポン

クーポンは、切り取ってお使いください。

おトククーポン協力店募集中

広報うえのはらにクーポン券を提供していただける市内事業者を募集しています。掲載は無料です。工夫次第で新規顧客やリピーターを獲得できるかもしれません。ぜひご利用ください！

政策秘書課
秘書広報担当
☎62-3191

定休日/水曜 営業時間/9:00～18:00

※本券1枚につき1名様まで使用可能です。
※本券の使用の際は、必ず清算時に提示してください。
※本券の割引・サービスの併用はできません。
※クーポン券は、現金との併用はできません。
※有効期限：2025年7月末日まで

定休日/水曜 営業時間/11:30～20:00

※本券1枚につき4名様まで使用可能です。
※本券の使用の際は、必ず注文時に提示してください。
※本券の割引・サービスの併用はできません。
※クーポン券は、現金との併用はできません。
※有効期限：2025年7月末日まで

定休日/水曜 営業時間/10:00～11:30

※本券1枚につき1回まで使用可能です。（一人一回限り）
※本券の使用の際は、必ず参加時に提示してください。
※クーポン券は、現金との併用はできません。
※有効期限：2025年7月末日まで

定休日/土・日・祝 営業時間/10:00～20:30

※本券1枚につき1名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※本券の使用の際は、清算時に本券を必ず提示してください。
※クーポン券は、現金との併用はできません。
※有効期限：2025年7月末日まで

定休日/木・土・日・祝 営業時間/9:00～20:00

※本券1枚につき1名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※本券の使用の際は、入店時に本券を必ず提示してください。
※本券の割引・サービスの併用はできません。
※クーポン券は、現金との併用はできません。
※有効期限：2025年7月末日まで

定休日/月・祝 営業時間/9:00～17:00

※本券1枚につき1名様まで使用可能です。（一人一回限り）
※本券の使用の際は、入店時に本券を必ず提示してください。
※本券の割引・サービスの併用はできません。
※クーポン券は、現金との併用はできません。
※有効期限：2025年7月末日まで

29 広報うえのはら 令和7年7月号

広報うえのはら No.245 28

上野原 PhotoRecord



市内の子どもたちのために… MSP(株)へ感謝状を贈呈

MSP 株式会社の日頃からの市の取り組みに対する多大なるご支援を感謝し、5月21日(水)、同社上野原工場で代表取締役社長の伊藤勝雄^{いとうかつお}さんに感謝状を手渡しました。このご支援のおかげで、上野原こども園の遊具や市内小学校の図書室をきれいにすることができました。また、市には子どもたちから感謝の言葉も届いており、伊藤社長は「子どもたちのために役立てていただいて光栄です」と話していました。



△伊藤社長(右)

休日に上野原で遊ぶ Sunday Picnic

5月25日(日)、中央防災公園で「Sunday Picnic^{サンデーピクニック}」が開催されました。「休日に上野原で遊ぶ」がテーマのこのイベントは、市内外から集まった食、アート、クラフトなどの出店が立ち並んだ会場をサウンドシステムから放たれる心躍る音楽が包み込み、非日常的な空間となっていました。来場者は、音楽に合わせて踊ったり、ピクニックグッズを持ち寄り、芝生の上で家族や友人たちとの特別な休日を楽しんでいました。



総勢 250 人の踊り子が大集結 じょいそーらん祭り

5月25日(日)、市役所で「第19回じょいそーらん祭り」が開催されました。イベントにおけるじょいそーらのパフォーマンスは、前半はセンタープラザで、後半はもみじホールのアリーナで行われ、エンディングには、参加した多くの踊り子たちがセンタープラザに集結し、圧巻の総踊りを見せてくれました。また、センタープラザには、キッチンカーなどの飲食出店も並び、来場者を楽しませました。



令和7年度上野原市 障がい者福祉会通常総会

5月31日(土)、総合福祉センターふじみで「上野原市障がい者福祉会第14回通常総会」が開催されました。この会は、新型コロナの影響で活動休止が続いていましたが、会員の皆さんの再開に対する想いが実を結び、6年ぶりの総会開催です。総会では、多くの会員同士の交流を目指した令和7年度の活動計画などが話し合われました。会への入会など、関心がある人は福祉課障害福祉担当までお問い合わせください。



6月1日は人権擁護委員の日 市役所前などで啓発活動

毎年6月1日は「人権擁護委員の日」です。全国では、この日を中心に人権擁護委員制度の周知を目的とした人権啓発活動を行います。市においても、6月2日(月)、市役所および総合福祉センターふじみにて啓発活動を行いました。人権擁護委員は、街の相談パートナーとして、さまざまな人権問題解決のお手伝いをしています。人権問題でお困りの人は、総合福祉センターふじみで毎月開設している「人権相談」でご相談ください。



市内小学校の校外学習 上野原市役所庁舎見学

5月下旬から6月上旬にかけて、市内小学校児童が市役所庁舎などの見学をしました。社会科の校外学習で行う「市内めぐり」の一環として行ったこの見学では、市担当者の案内のもと庁舎棟やもみじホール、展望室など各施設をめぐり、施設の用途や各課で行っている仕事内容などを学びました。子どもたちは、熱心に学びながらも市長と楽しくお話ししたり、たまじまるとふれあったり、楽しみながら見学をしていました。



△市長室を訪問した上野原小の児童たち

女川町の方々による特産品販売 女川マルシェ

6月7日(土)、上野原駅南口のふらっと上野原前で「第4回女川マルシェ」が開催されました。東日本大震災で甚大な被害を受けた宮城県女川町の復興支援などの交流の一環として、市民団体である「上野原♥ハート」が企画し、始まったこのイベント。会場では、女川町の特産品を同町の方々が直接販売していました。また、市内の新鮮野菜や能登の特産品も販売されるなど、魅力ある食が集まっていました。



音楽とダンス・蛍とのふれあい 島田の夏祭りと蛍の夕べ

6月14日(土)、島田コミュニティセンターで「島田の夏祭り」が開催されました。会場には、さまざまな出店が並び、また、コミュニティセンター内では、大月市を拠点に活動する紅富士太鼓による太鼓演奏など、多くのステージパフォーマンスが行われたほか、島田地区駒門に伝わる伝統「俵ころがし」などが行われました。また、夜には、毎年恒例の蛍鑑賞ツアーも行われ、多くの来場者を楽しませました。



△紅富士太鼓メンバーと太鼓演奏体験をする子どもたち

上野原 PhotoRecord + プラス

サンライズ女子チームもお披露目

サンライズフェス2025

5月5日(月・祝)・6日(火・振休)、市役所センタープラザで「サンライズフェス2025」が開催されました。特設3x3コートでのデモゲームやバスケット体験をはじめ、ユチョンさんや石井明美さん、島谷ひとみさんなど、総勢15組の豪華アーティストによるライブのほか、3月に発足した上野原サンライズ女子チームのお披露目も行われました。女子チームは現在、下のメンバーで2025シーズンを戦っています。



△ユチョンさんライブ



△デモゲーム



△サンライズ女子チームお披露目



UENOHARA SUNRISE .EXE WOMAN 2025 SEASON ROSTER

- No.6 李人竹
- No.7 八木希沙
- No.9 吉武忍
- No.13 山桑恵望
- No.17 田中真琴
- No.25 藤田仁子
- No.33 遠藤桐



6
RENZHU
LI



7
KISA
YAGI



9
SHINOBU
YOSHITAKE



13
MEGUMI
YAMAKUWA



17
MAKOTO
TANAKA



25
NIKO
FUJITA



33
KIRI
ENDO